

東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会  
第6ブロック研修会



Vol.29  
稲城市スポーツ推進委員協議会

CONTENTS

巻頭記事

会長巻頭言  
あなたの地域のスポーツ推進委員 . . . 1

Event Report 5月18日(水) シルバーハイキング . . . 2  
(小山内裏公園・長池公園コース)

Event Report 6月12日(日) いなぎあるくマップウォーキング . . . 3  
(大丸・東長沼・押立・矢野口編)

Event Report 8月28日(日) 第46回市民水泳大会 . . . 4

Seminar Report 9月10日(土) 第6ブロック研修会 . . . 5

Seminar Report 6月25日(土) ニュースポーツ研修会参加報告 . . . 6

Topics 東京都スポーツ推進委員功労者表彰 . . . 6

スポーツ推進 Info

Event Schedule 令和4年10月以降のイベントのご案内 今後の予定 . . . 7

編集・発行 稲城市スポーツ推進委員協議会  
広報部会

お問い合わせ先 稲城市スポーツ推進委員協議会事務局  
(稲城市産業文化スポーツ部スポーツ推進課)

発行日 令和4年10月20日

東京都稲城市東長沼2111番地  
TEL : 042-378-2111 (内線642・643)

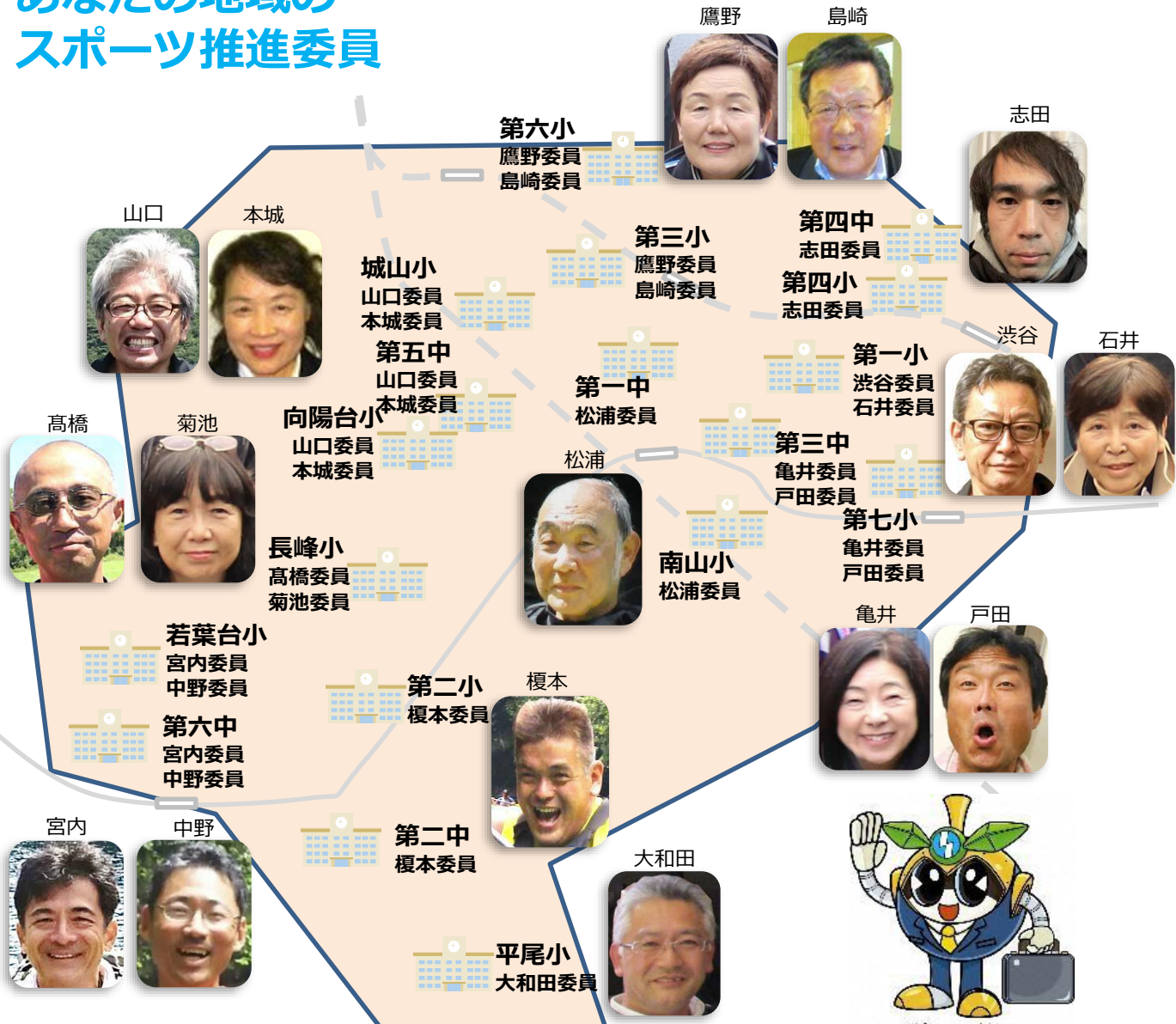
## 会長巻頭言

稲城市スポーツ推進委員協議会会長の渋谷裕幸です。  
 まだまだ新型コロナウイルスが収まらない状況ですが、稲城市のスポーツ事業は、少しずつですが行っていける様になりました。スポーツ推進委員協議会でも、あるくマップウォーキング、市民水泳大会、シルバーハイキングを実施しました。今後もスポーツフェスタ、グラウンドゴルフ大会等の事業を行っていきます。  
 スポーツの秋になり、皆さんと一緒に青空の下で、スポーツの楽しさを体験しましょう。



稲城市スポーツ推進委員協議会 会長 渋谷 裕幸

## あなたの地域の スポーツ推進委員



「市民ひとり1スポーツ」 私たちがお手伝いします！

## —小山内裏公園・長池公園コース—

5月18日(水)朝からの好天に恵まれ、シルバーハイキングに行ってきました。

多摩境駅を出発し、小山内裏公園・長池公園を目指します。

多摩ニュータウンは街づくりにあたって、多摩丘陵の自然と地形を活かして計画、開発され、かつて里山だった谷戸や雑木林の丘が公園や緑地としてニュータウンに緑の島のように広がっています。

小山内裏公園やその北東に連なる長池公園も雑木林に覆われているハイキングコースです。

小山内裏公園には津久井方面から江戸へアユを運んだ鮎の道が残り、尾根には戦時中に戦車の走行テストをした戦車道路（尾根緑道）がのびています。長池公園は雑木林の谷戸に炭焼き小屋や水車、田んぼもあり、里山体験作業などさまざまな活動がおこなわれています。



そして、かつて新宿区四谷にあった都内最古の網製アーチ橋として四谷見附橋を移設復元したものが、長池見附橋として、その美しい姿を残しています。

お天気が良く、日差しの強い日でしたが、尾根緑道は木陰の下、木材チップを敷いた道を歩き、足にはとても優しく、気持ちよく歩くことができました。

尾根緑道をハイキングしている時に偶然、オカリナ演奏を練習している方と遭遇し、私たちのために一曲吹いてくださり、嬉しいサプライズもありました。

姿は見せなくても、終始鳴いているガビチョウ（画眉鳥）やウグイスの声を聞きながら参加者の方と楽しく歩くことができました。

前回のハイキングは蜂発生の為、コース変更を余儀なくいたしました。今回は何事もなく、せせらぎ通りを綺麗な花々を愛でながら、京王堀ノ内駅まで、楽しく、元気に完歩できました。シルバーハイキングは毎年5月11月実施予定で、7km～9kmぐらいのハイキングコースを考えております、是非皆様のご参加を、お待ちしております。（菊池）

6月12日(日)

## いなぎあるくマップウォーキングコース3 (大丸・東長沼・押立・矢野口編)

6月12日(日)、朝は雨予報が出ていましたが、軽く降ったくらいで何とか開催できそうでした。今回は八王子のスポーツ推進委員の方も参加されました。準備運動をして元気に出発。南多摩駅のヤッターワンの横を過ぎ大丸用水沿いの道を歩きます。田畑に水を届けるために整備された用水路のため、あちらこちらで水路が分かれています。季節柄水量も豊富で気持ちのよい道です。



『稲城に住んでいるけど、こんなにいい道があるとは知らなかったわ。』と参加者の声も聞こえました。アジサイがきれいに咲いているところで集合写真をパチリ。イチヨウ並木通りを越え北緑地公園に向かいます。まだ摘果していない小さな梨の実を見て、あれを摘んで漬物にするとときもあるなどと話もはずみます。北緑地公園から多摩川沿いを歩きます。

マラソン大会やテニス大会も開かれていました。アカシヤの林を抜け、多摩川原橋の近くまで来て折り返し。押立掘公園の火の見やぐらを見ながら島守神社まで。大岡越前で有名な大岡忠相より田畑を賜った孝子長五郎のお墓を見に行きました。葎草橋通りには無人販売の野菜も売られていました。畑に野菜が実っているのを見ると幸せな気持ちになれます。ゴールはガンダムとシャア専用ザクがある稲城長沼駅。八王子の方は記念写真を撮っていました。天気にも恵まれよいウォーキングになりました。(戸田)



## 8月28日(日) 第46回市民水泳大会

夏休み最後の週末8月28日(日)、第46回市民水泳大会が開催されました。新型コロナウイルスの蔓延で大会開催は3年ぶり。楽しみにしていた選手も多かったのではないのでしょうか。

レースは、一度に選手や応援の関係者が集まらない様、2部に分けて行われ、1部は自由型とバタフライで44名、2部は平泳ぎと背泳ぎと個人メドレーで26名の参加で熱戦が繰り広げられました。

小学生低学年から大人まで、みんな懸命に練習してきたことがスタートすぐにわかる、レベルの高い泳ぎに驚かされました。



今回一番印象的だったのは、コロナ禍で大きな声援は出来なかったかもしれないけれど家族や一緒に練習している仲間からの励ましを受けて、100%の力を発揮しようと頑張っている選手の姿でした。

最後にスタッフが協議を重ねて感染対策もしっかり準備して開催した大会。今までできなかったことも少しずつできるようになってきた事を実感する大会でした。  
(高橋)



9月10日(土)

## 令和4年度東京都スポーツ推進委員研修会広域地区別研修会 ～第6ブロック～

地域におけるスポーツ推進委員活動に関する諸問題解決に向けて、広域的な連携協調を図るため、東京都第6ブロック（稲城市、多摩市、八王子市、日野市、町田市）5市が集い、毎年研修会を実施しております。

今年度は八王子市スポーツ推進委員協議会主管のもと、八王子市役所会議室及び職員会館体育室で各市のスポーツ推進委員・市職員合わせて約120名が参加し開催されました。

テーマ：「スポーツを通じた障がい者との交流」～豊かな社会づくりを考える～

講師：日本工学院八王子専門学校 伊藤茂彦 先生（講義・グループワーク共通）

①講義 グループに分かれて障がい者、障がい者スポーツに対する意見、イメージをまとめる。日本の障がい者数、身体障がいの種類、知的障がいとは、代表的な精神疾患などにふれ、障がい者の分類把握、一口に障がい者といっても色々な方がいることを知りました。

障がい者スポーツの効果として、「健康、体力の維持増進」「自信、生きがい」「信頼できる仲間作り」などを理解し、『共生社会』の実現とは、障がいの有無、程度に関係なく人格と個性を尊重し一緒にスポーツを楽しむ事だと教えて頂きました。

障がい者スポーツの理念「アダプテッド フィジカル・アクティビティ」「人間第一主義」「インクルージョン」「二つの物差し（競争と個人的成長への注目）」「エンパワメント」などのワードを知り、指導者としての役割「つなぐ」活動を学びました。

②グループワーク（実践）「障がいに応じたスポーツを考える」

講義の後半、グループ別に「障がいに応じたスポーツ」を作り、体育室で実践、変更・追加をしながら一つのスポーツを作り上げ、発表しました。短時間で作り上げる必要がありましたが、視覚障がい者、肢体不自由者とともに楽しめる様工夫していました。（志田）



視覚障がい者と楽しめる様考えた、音の出るボールを使用したキャッチボールの様なスポーツ



肢体不自由者と楽しめる様考えた、フラフープとボールを使用したダーツの様なスポーツ

## 東京都スポーツ推進委員協議会主催 ニュースポーツ研修会参加報告

6月25日(土)にニュースポーツ研修会に参加しました。  
今回は『ベースボール5』という新しいスポーツを体験してきました。



5人制の野球のイメージで、道具不要、室内でプレイできるスポーツ。  
ルールもほぼ野球で、かなり白熱しました。  
体力、運動能力の差が大きく出るので、幅広い年齢層と一緒に楽しむより、同年代で楽しむほうが良かったです。

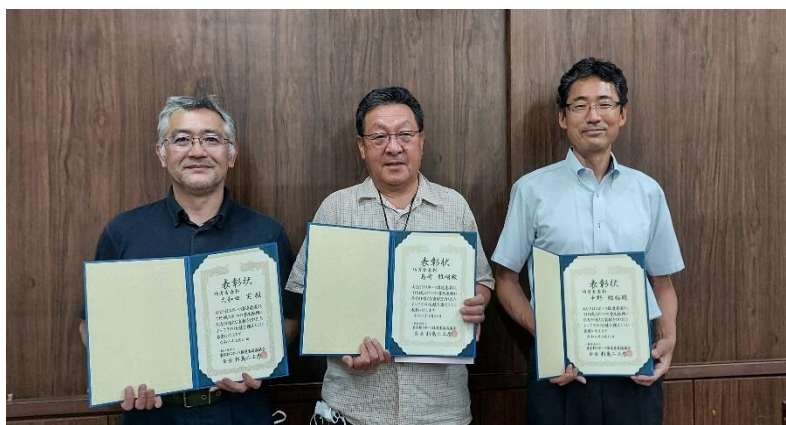
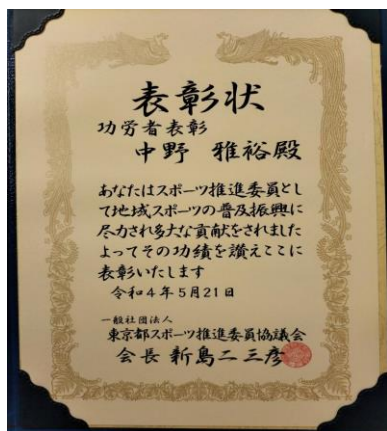
## Topics

### 東京都スポーツ推進委員功労者表彰

功労者表彰とは、スポーツ推進委員として10年或いは各区市町村の定年に至るまで地域スポーツ振興に尽力し、功績顕著な方に対し表彰しているものです。  
今回、稲城市スポーツ推進委員を10年間務めた3名 大和田さん、島崎さん、中野さんが、東京都スポーツ推進委員協議会から功労者表彰を受けました。



今後も引き続き、稲城市民の「市民ひとり1スポーツ」の実現に向けて、スポーツ推進課とともにご尽力くださいますよう、よろしくお願いいたします。



大和田さん 島崎さん 中野さん

10月 10.10

**稲城市スポーツフェア**

総合体育館メインアリーナで体力測定・ボッチャ体験を行います。

10月 10.22・23

**ファミリースポーツフェスタ**

総合グラウンドで、色々なスポーツ体験コーナーを行います。

11月 11.3

**第54回市民体育大会グランドゴルフ大会**

稲城長峰ヴェルディフィールドで、恒例のグランドゴルフ大会を開催します。

11月 11.16

**シルバーハイキング秋季**

県立津久井湖城山公園コースにて、自然に親しみながらハイキングを行います。

12月 12.4

**第31回稲城市小中学生マラソン大会**

総合グラウンドで、毎年恒例のマラソン大会を行います。

1月 1.15

**川崎市多摩区との連携事業**

稲城市・多摩区の皆様と、多摩区をウォーキングします。

3月 下旬

**稲城市ハートフルウォーキング**

稲城市一周ウォーキングを行います。



© K.Okawara・Jet Inoue

INAGI CITY

